



Saarländischer
Karate-Verband

SAARLÄNDISCHER KARATE VERBAND

Saarländischer Karate-Verband + Websweilerstraße 9 + 66450 Bexbach

Dipl. – Trainerin – DOSB

Szebényi-Thomas Imola

Leining Str. 25

67227 Frankenthal

Mobil: (0176) 60 97 16 78

E-Mail: Imola@karateverband-saar.de

An alle Mitgliedsvereine des Saarländischen Karate Verbandes

EINLADUNG

KATA KADER – 11.02.2023 – FÜR ALLE - AUFTAKTTTRAINING

Liebe Vereinsvertreter,
liebe Athleten,
liebe Eltern,

hiermit lade Ich Euch herzlich zum Auftakttraining bei mir – Imola – ein.

Diese Einladung richtet sich an ALLE, die sich dafür interessieren, in den Wettkampfsportbereich der Disziplin KATA einzusteigen und in den Landeskader des Saarlandes eingeladen zu werden.

Es gibt **KEINE Mindestgraduierung**; Alterseinschränkung: **ab 8 Jahren!**

Wir treffen uns am OSP Saarbrücken.

➔ Hermann-Neuberger-Sportschule 2, 66123 Saarbrücken

➔ Halle 44

Mitzubringen:

Karate Gi + Gürtel (egal welcher Farbe)

Sportkleidung (Sporthose, T-Shirt); Sportausrüstung /Springseil)

Tagesablauf:

Zeit	Info	Einheit	Ort
10.00 – 11.30 Uhr	Karate	Einheit 1	Halle 44
11.30 – 11.45 Uhr	Pause (klein)		
11.45 – 13.15 Uhr	Karate	Einheit 2	Halle 44
13.15 – 13.45 Uhr	Pause (groß)		
13.45 – 15.00 Uhr	Kraft/Athletik	Einheit 3	Halle 44
15.00 – 16.00 Uhr	Meet & Greet // Abschlussbesprechung + Ausblick Zukunft		

Sportliche Grüße - Imola

Diplom-Trainerin / DOSB

Landestrainerin Kata - Saarland

